

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Manusia dalam kehidupannya melakukan berbagai aktivitas untuk memenuhi kebutuhannya, baik itu kebutuhan fisik, sosial, mental dan spiritual misalnya bekerja, beraktivitas sosial, berolah raga, beribadah dan lain-lain. Aktivitas berlebihan akan menimbulkan suatu efek bagi seseorang, seperti gangguan muskuloskeletal berupa keluhan nyeri, pegal-pegal dan lainnya (DepKes RI, 2008).

Pada tahun 2008, Departemen Kesehatan RI melaporkan bahwa gangguan kesehatan yang dialami dari pekerja sebanyak 9483 pekerja di 12 kabupaten/ kota di Indonesia, 48% mempunyai gangguan muskuloskeletal, 10-30% gangguan jiwa, 10% demormitas kerja, 9% gangguan pendengaran, 3% keracunan pestisida dan cedera (DepKes RI, 2008). Salah satu gangguan muskuloskeletal yang relatif sering terjadi adalah MTPS (*Myofacial Trigger Point Syndrome*) pada otot *Upper trapezius*.

MTPS didefinisikan sebagai adanya *trigger point* (titik nyeri) yang timbul pada *taut band* serabut otot yang membentuk seperti jalinan tali dan lunak ketika dipalpasi menimbulkan respon nyeri lokal yang dikenal dengan *jump sign* yang merupakan sebuah pemendekan pada serabut otot yang mengalami fibrous (Dommerholt, 2011).

Nyeri yang terjadi pada kasus MTPS ini karena adanya penggunaan yang berlebihan (*overload*) dari tipe *low level muscle contraction* pada aktivitas kerja. Problem yang sering muncul adalah nyeri yang terlokalisir, adanya keterbatasan gerak, dan penurunan nilai kekuatan otot. Penyebab dari MTPS itu sendiri yaitu, postur yang jelek, ergonomi kerja yang buruk, trauma, dan degenerasi (Sugijanto, 2008). Insiden dari penyakit ini ditemukan adanya 14 penderita dari 25 responden, yang menyerang diberbagai kalangan (Indrayani, 2013).

Dalam al-quran surah al araaf ayat 31 telah dijelaskan bahwa Allah swt tidak menyukai suatu yang berlebih-lebihan karena itu tidak baik.

وَكُلُوا وَاشْرَبُوا وَلَا تُسْرِفُوا إِنَّهُ لَا يُحِبُّ الْمُسْرِفِينَ

“Makan dan minumlah kalian, dan janganlah berlebih-lebihan. Sesungguhnya Allah tidak menyukai orang-orang yang berlebih-lebihan”. (QS. Al A`raaf : 31).

Arti yang diambil dari ayat tersebut adalah “Sesungguhnya Allah tidak menyukai orang-orang yang berlebih-lebihan” pada kasus MTPS salah satu penyebabnya adalah kerja yang berlebihan dari otot.

MTPS dapat terjadi di berbagai otot salah satunya pada otot *upper trapezius*. Otot *upper trapezius* merupakan adalah salah satu otot yang berada di leher yang sering mengalami MTPS. Adanya nyeri pada otot *upper trapezius* dapat menurunkan fleksibilitas dan ekstensibilitas karena adanya ketegangan otot. Menurut hasil studi tentang MTPS didapatkan

hasil bahwa 14% pada otot *upper trapezius*, 11% pada otot *scapula* mengalami MTPS (Indrayani, 2013).

Akibat adanya MTPS pada otot *upper trapezius* akan menimbulkan berbagai keluhan seperti nyeri, *spasme* dan keterbatasan gerak sehingga peran dari fisioterapi disini sangat dibutuhkan. Banyak modalitas fisioterapi yang dapat digunakan untuk mengatasi MTPS ini di antaranya TENS (*Transcutaneous Electrical stimulation*), US (*Ultrasound*), *massage* dengan *friction* dan terapi latihan dengan *hold relax* (Yulianto & Heru 2008).

TENS adalah salah satu modalitas fisioterapi yang memanfaatkan energi listrik yang digunakan untuk merangsang sistem saraf dan peripheral motor yang berhubungan dengan perasaan melalui permukaan kulit dengan penggunaan energi listrik dan sangat efektif untuk merangsang berbagai macam nyeri (Josimari *et al.*, 2008). US adalah salah satu modalitas fisioterapi yang mengubah energi listrik menjadi gelombang suara yang bertujuan untuk menghasilkan energi panas di otot (Kumbhare *et al.*, 2016). *Massage* yang digunakan dalam kasus ini adalah *Friction Friction* merupakan salah satu teknik *massage* yang dilakukan dengan cara menekan titik nyeri bertujuan untuk mengurangi nyeri dan mengurangi *spasme*. Sedangkan Terapi latihan yang diberikan pada kasus MTPS ini adalah *hold relax*. *Hold relax* merupakan salah satu teknik dari PNF (*Proprioceptive muscular fasilitation*) yang digunakan untuk menambah lingkup gerak sendi (Yulianto & Heru 2008).

B. Rumusan masalah

Berdasarkan permasalahan yang muncul pada kasus MTPS pada otot *upper trapezius dextra*, maka penulis merumuskan masalah sebagai berikut:

Apakah pemberian TENS, US, *massage* dan terapi latihan dapat berpengaruh mengurangi nyeri diam, tekan dan gerak, *spasme* serta meningkatkan LGS pada kasus MTPS pada otot *upper trapezius dextra*?

C. Tujuan Penulisan

Tujuan penulisan karya tulis ilmiah ini adalah:

Mengetahui pengaruh TENS, US, *massage* dan terapi latihan dalam mengurangi nyeri diam, tekan dan gerak akibat *spasme* serta meningkatkan LGS pada kasus MTPS pada otot *upper trapezius dextra*.

D. Manfaat penulisan

Adapun manfaat dari penulisan Karya Tulis Ilmiah ini adalah sebagai berikut:

1. Manfaat teoritis

Karya Tulis Ilmiah ini semoga mampu dimanfaatkan bagi pengembangan ilmu fisioterapi dan peningkatan khasanah keilmuan dalam bidang fisioterapi.

2. Manfaat praktisi

a. Bagi penulis

- 1) Menjadi wadah untuk memperbaiki lebih banyak dan mendalami permasalahan MTPS.
- 2) Mampu melaksanakan sekaligus mempraktekan teori-teori yang diperoleh selama pembelajaran di kampus, dilahan praktek maupun saat penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini untuk ditetapkan langsung ke masyarakat luas dan mampu menjadikan pengalaman yang berguna bagi penderita MTPS serta keluarga penderita MTPS kini dan suatu saat nanti.